

**PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA  
Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W SZKOLE PODSTAWOWEJ NR 1  
IM. JANA PAWŁA II W BRUSACH  
( Obowiązuje od września 2015 r. )**

**ZAŁOŻENIA WSTĘPNE**

1. Przedmiotowy system oceniania jest zgodny z rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 30 kwietnia 2007 r. w sprawie warunków i sposobu oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy oraz przeprowadzania egzaminów i sprawdzianów w szkołach publicznych ( *Dz. U. Nr 83 , poz. 562 , z późn. zm.*  )
2. Przedmiotowy system oceniania jest zgodny ze statutem Szkoły Podstawowej nr 1 im. Jana Pawła II w Brusach.
3. Szczegółowe kryteria systemu oceniania są zgodne z WSO i nową podstawą programową z wychowania fizycznego.

**PODSTAWY PRZEDMIOTOWEGO SYSTEMU OCENIANIA**

1. Uczeń w ciągu roku szkolnego podlega systematycznej i obiektywnej ocenie zgodnie z jego indywidualnymi możliwościami.
2. Nauczyciel ocenia ucznia w trzech obszarach, które później stanowią składową ocenę semestralnej i końcowej
  - **podstawowe obszary oceniania:**
    - 1) **aktywność i udział w lekcji (stanowią ok. 60% składowej oceny końcowej)**
    - 2) **umiejętności i wiadomości (stanowią ok. 40% składowej oceny końcowej)**
  - **dodatkowy obszar oceniania**
    - 3) **działalność na rzecz kultury fizycznej (warunkuje uzyskanie oceny celującej)**
3. **Uczeń nie może otrzymać oceny celującej półrocznej i końcoworocznej przejawiając swoją aktywność jedynie w podstawowych obszarach oceniania.**
4. Dyrektor zwalnia ucznia z zajęć wychowania fizycznego (z wszelkich ćwiczeń fizycznych) na podstawie zaświadczenia wydanego przez lekarza na czas określony w tym zaświadczeniu.
  - 4.1 W dokumentacji przebiegu nauczania zamiast oceny klasyfikacyjnej wpisuje się „zwolniony lub zwolniona” , kiedy okres zwalniania przekracza połowę czasu przeznaczanego na te zajęcia w szkolnym planie nauczania w danym semestrze.
  - 4.2 Jeżeli zwolnienie z zajęć wychowania fizycznego obejmuje tylko jeden semestr, ocenę końcową stanowi ocena z semestru , z którego uczeń został oceniony.
  - 4.3 Uczeń zwolniony z zajęć wychowania fizycznego jest obecny na lekcji , a w szczególnych przypadkach gdy lekcje te są pierwszymi lub ostatnimi zajęciami w danym dniu , uczeń może być zwolniony z tego obowiązku na podstawie pisemnego oświadczenia rodziców złożonego w sekretariacie szkoły i po uzyskaniu zgody dyrektora szkoły.
- 4.4 **Uczeń, który posiada zwolnienie od rodzica z powodu chwilowej niedyspozycji lub przebytej choroby, ma obowiązek przebywać na tych zajęciach i realizować zadania teoretyczne oraz pomagać w organizacji lekcji.**
5. Uczeń, który jest częściowo niezdolny do zajęć z powodu przeciwwskazań lekarskich dostarcza odpowiednie zaświadczenie do nauczyciela wychowania fizycznego i będzie realizował program nauczania dostosowany do własnych możliwości, uwzględniających wskazania lekarskie.
6. Na początku roku szkolnego nauczyciel zapoznaje uczniów z wymaganiami edukacyjnymi oraz przedmiotowym systemem oceniania, *co nauczyciel potwierdza wpisem w dzienniku lekcyjnym.*
7. Przedmiotowy system oceniania i wymagania edukacyjne są dostępne do wglądu uczniów i rodziców przez cały rok szkolny w gablocie informacyjnej przy gabinecie wychowania fizycznego oraz na stronie internetowej szkoły.
8. Oceny są jawne, nauczyciel uzasadnia je oraz podaje sposoby poprawy.
9. O postępach ucznia rodzice powinni być systematycznie informowani na zebraniach rodziców.

10. Na miesiąc przed klasyfikacją roczną uczeń i jego rodzice (prawni opiekunowie) powinni być poinformowani o zagrożeniu oceną niedostateczną lub nieklasyfikowaniem.

11. W przypadku uzyskania oceny rocznej (semestralnej) niedostatecznej uczniowi przysługuje prawo do egzaminu poprawkowego na zasadach określonych w rozporządzeniu MEN z dnia 30 kwietnia 2007r.

12. Wszystkie dokumenty dotyczące przedmiotowego systemu oceniania lub z nimi związane przechowuje nauczyciel przez cały rok szkolny i udostępnia uczniom oraz rodzicom do wglądu na żądanie.

13. W sytuacjach spornych nieuregulowanych poprzez przedmiotowy system oceniania z wychowania fizycznego oraz wewnątrzszkolnym systemem oceniania, obowiązują decyzje, które podejmuje zainteresowane strony po uzgodnieniu z Dyrekcją Szkoły

*Wytyczone obszary oceniania powinny eksponować wysiłek ucznia oraz uwzględniać zdefiniowane w podstawie programowej wychowania fizycznego umiejętności i wiadomości. Ocena śródroczna i końcoworoczna będzie formułowana na podstawie ocen końcowych z wytyczonych obszarów oceniania.*

### **PODSTAWOWE OBSZARY OCENIANIA**

Ze względu na specyfikę przedmiotu wychowania fizycznego, ocena półroczna i końcoworoczna, oparta jest o dwa podstawowe obszary oraz jeden dodatkowy obszar oceniania. Proponowany system oceniania daje możliwość zdobycia ocen dobrych i bardzo dobrych nawet tym uczniom, u których motoryka jest słabiej rozwinięta, ponieważ na lekcjach wychowania fizycznego najbardziej liczą się:

- chęci- czyli stosunek ucznia do postawionej przed nim zdania wg własnych możliwości,
- postęp- czyli poziom osiągniętych zmian w stosunku do diagnozy wstępnej,
- postawa- czyli stosunek do partnera, przeciwnika, sędziego, nauczyciela,
- diagnoza- czyli wynik osiągnięty w sportach wymiernych i dokładność wykonywania ćwiczeń a nie osiągnięcie konkretnych wyników sportowych.

#### **1.A AKTYWNOŚĆ (i postawa wobec przedmiotu i kultury fizycznej)**

Aktywność ucznia na zajęciach wychowania fizycznego zaznaczana jest przy pomocy znaków (+) i (-). Kryterium dotyczące oceny postawy ucznia i stosunku do zajęć lekcyjnych uwzględnia:

**PLUSY (+) uczniowie otrzymują za:** właściwe przygotowanie się do lekcji, przejawy zaangażowania, stosunek do przedmiotu, wykonywanie ćwiczeń w sposób zbliżony do swoich maksymalnych możliwości, inwencję twórczą, aktywny udział w zajęciach, przygotowanie lub prowadzenie części lekcji, zawodów sportowych, pełnienie roli kapitana zespołu, grupowego czy sędziego, stosowanie zabiegów higienicznych, dbanie o bezpieczeństwo swoje, przestrzeganie zasad bhp regulaminów i zasad fair play, poszanowanie mienia społecznego, obowiązkowość, sumienność, zdyscyplinowanie i życzliwy stosunek do innych.

**MINUSY (-) uczniowie uzyskują:** przy niechętnym i negatywnym stosunku do uczestnictwa w zajęciach za w/w elementy.

Podsumowanie i ocena aktywności odbywa się pod koniec każdego miesiąca. Za uzyskanie:

- 5 plusów uczeń otrzymuje ocenę bardzo dobrą,
- 4 plusów i 1 minusa -ocenę dobrą,
- 3 plusów i 2 minusów – ocenę dostateczną,
- 1-2 plusów i 3 minusów – ocenę dopuszczającą,
- 5 minusów – ocena niedostateczną

## 1.B UDZIAŁ W LEKCJI (i przygotowanie do lekcji)

### - Uczestnictwo w zajęciach obowiązkowych (lekcjach)

jest ważnym elementem w realizacji procesu wychowania fizycznego. Systematyczny udział w zajęciach ma za zadanie wdrażanie ucznia do systematycznego podejmowania aktywności fizycznej w życiu codziennym. Dopuszczalny jest pewien procent nieobecności spowodowanej sytuacją losową.

### Uwaga!!!

**Zwolnień od lekarza oraz zwolnień od rodziców z powodu choroby nie wlicza się do ilości opuszczonych godzin.**

**Dziewczęta trzy razy w miesiącu mogą zgłosić niedyspozycję uniemożliwiającą udział w ćwiczeniach (usprawiedliwiona) Muszą jednak posiadać strój sportowy a przede wszystkim zmienne obuwie sportowe.**

**Nieobecności ucznia na lekcji w reprezentującego w tym czasie szkołę nie wlicza się do ilości opuszczonych godzin.**

### - Przygotowanie do lekcji (strój sportowy)

Przez przygotowanie do zajęć będzie rozumiane posiadanie przez ucznia właściwego stroju sportowego przeznaczonego wyłącznie do ćwiczeń fizycznych (tj. **spodenki sportowe, koszulka - dres w przypadku lekcji na świeżym powietrzu, zmienne obuwie, spięte długie włosy**), nie spóźnianie się na lekcje, nie uciekanie z lekcji (przez ucieczkę z lekcji wychowania fizycznego rozumie się sytuację kiedy uczeń danego dnia obecny jest na wszystkich lekcjach oprócz lekcji wychowania fizycznego, nie jest zwolniony z tej lekcji przez wychowawcę, rodzica, dyrektora szkoły bądź lekarza). Każdy przypadek braku stroju lub braku odpowiedniego zmiennego i czystego obuwia, spóźnienia i ucieczki nauczyciel zaznacza. Zwolnienie lekarskie usprawiedliwia ucznia i zwalnia go z ćwiczenia na lekcji. W wyjątkowych przypadkach będzie uwzględniane zwolnienie napisane przez rodzica ale dostarczone przed lekcją.

Uczeń za każde 3 kolejne braki stroju otrzymuje ocenę niedostateczną

### Sposób oceniania

- zgodnie z WSO wg skali ocen 1-6,
- graficznie za pomocą (+) i (-)
- słownie

## 2.a. UMIEJĘTNOŚCI RUCHOWE (indywidualne)

Określenie poziomu postępu ucznia w zakresie umiejętności powinno odbywać się zarówno po zrealizowaniu odpowiedniego cyklu programu, jak i systematycznie na każdej lekcji (ocena słowna), aby móc właściwie dostosować zadania dydaktyczne i organizacyjne w kolejnych lekcjach do potrzeb każdego ucznia.

### Kontroli i ocenie mogą podlegać umiejętności z następujących grup:

- technika i taktyka wykonania poszczególnych elementów nauczanych dyscyplin i konkurencji m.in.: z gier zespołowych, gimnastyki, lekkiej atletyki, unihokeja
- podczas wykonywania elementów technicznych oceniamy przede wszystkim estetykę, płynność i poprawność danego ćwiczenia.

**Ocenę niedostateczną** otrzymuje uczeń, który odmówi przystąpienia do sprawdzianu.

## 2.b. WIADOMOŚCI

- Zasady bezpieczeństwa ćwiczeń, zabaw, działań rekreacyjnych.
- Bezpieczne korzystanie ze sprzętu i urządzeń sportowych.
- Właściwe zachowanie w sytuacjach niebezpiecznych i zagrażających zdrowiu.
- Zasady samoasekuracji.

- Zasady bezpiecznego zachowania nad wodą i w górach.
- Sposoby ochrony przed nadmiernym nasłonecznieniem.
- Prawidłowa postawa ciała – określenie podstawowych parametrów.
- Zasady i metody hartowania organizmu.
- Mierzenie tętna w spoczynku i po wysiłku.
- Samokontrola i samoocena postawy ciała w miejscu i w ruchu.
- Przygotowanie organizmu do wysiłku.
- Sportowa rywalizacja – zasady fair play
- Podstawowe przepisy mini gier zespołowych.
- Zasady prowadzenia rozgrzewki.
- Zasady kulturalnego kibicowania.
- Zasady organizacji gier i zabaw rekreacyjnych.
- Kultura zachowania na zabawie tanecznej, w dyskotecce.
- Sposoby organizacji czasu wolnego, zasady aktywnego wypoczynku.

### **3. DZIAŁALNOŚĆ NA RZECZ KULTURY FIZYCZNEJ**

Jest to dodatkowy oceniany obszar, który warunkuje uzyskanie oceny celującej.

Obejmuje:

- udział w zawodach na szczeblu gminnym i wyższym w tym Bieg Gryfa
- udział w zajęciach SKS
- osiągnięcia w zawodach pozaszkolnych
- uczestnictwo w zawodach międzyklasowych

## ZASADY OCENIANIA

(zgodnie z wewnętrznym systemem oceniania)

### SKALA OCEN

1 - niedostateczny

2 - dopuszczający

3 - dostateczny

4 - dobry

5 - bardzo dobry

6 - celujący

dodatkowe oznaczenia: -, +

### Przedmiot oceny

Podstawą oceny jest wysiłek włożony przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki zajęć.

Oceniane będą:

1. Sumienne i staranne wywiązywanie się z obowiązków wynikających z przedmiotu.
2. Zaangażowanie w przebieg lekcji i przygotowanie się do zajęć.
3. Stosunek do partnera i przeciwnika.
4. Stosunek do własnego ciała.
5. Aktywność fizyczna.
6. Postęp w opanowaniu umiejętności i wiadomości przewidzianych dla poszczególnych klas zgodnie z indywidualnymi możliwościami i predyspozycjami.
7. Osiągnięte wyniki w sportach wymiernych, dokładność wykonywania zadań i poziom zdobytej wiedzy

### Wymagania edukacyjne

**Poziom podstawowy** – uczeń wykonuje zadania kontrolno-sprawdzające samodzielnie, jednak z pewnymi błędami technicznymi, lub w słabym tempie.

**Poziom ponadpodstawowy** – uczeń wykonuje zadania kontrolno-sprawdzające prezentując właściwą techniką, w odpowiednim tempie, pewnie, z zachowaniem płynności ruchów.

## OCENA UMIEJĘTNOŚCI W KLASIE IV

### Gimnastyka

(G) Przewrót w przód z przysiadu podpartego.

(G) Przewrót w tył z przysiadu podpartego.

(G) Prosty układ gimnastyczny.

### Lekkoatletyka

(LA) Technika startu niskiego i bieg na dystansie 60m.

(LA) Technika skoku w dal sposobem naturalnym odbicie ze strefy jedną nogą, lądowanie na dwie nogi.

(LA) Technika rzutu z miejsca piłką palantową.

(LA) Umiejętność rozłożenia sił w biegu na dystansie 600m.

### Gry zespołowe

(PN) Podanie i przyjęcie piłki w miejscu i w ruchu.

(PN) Strzał do bramki z miejsca i z biegu.

(PS) Postawa siatkarska.

(PS) Odbicia piłki sposobem górnym.

(PS) Zagrywka sposobem dolnym.

(PK) Kozłowanie piłki w miejscu i w ruchu.

(PK) Podania piłki oburącz w miejscu i w ruchu.

(PR) Podania jednorącz w miejscu i w ruchu.

(PR) Kozłowanie piłki w miejscu i w ruchu.

## OCENA UMIEJĘTNOŚCI W KLASIE V

### Gimnastyka

- (G) Przewrót w przód z półprzysiadu i z pozycji stojącej
- (G) Przewrót w tył z półprzysiadu i z rozkroku do rozkroku
- (G) Prosty układ gimnastyczny z wykorzystaniem leżenia przewrotnego i przerzutnego.

### Lekkoatletyka

- (LA) Start niski i bieg na dystansie 60m.
- (LA) Skoku w dal techniką naturalną
- (LA) Rzut piłeczką palantową po rozbiegu
- (LA) Bieg na dystansie 600/1000 m.

### Gry zespołowe

- (PN) Prowadzenie piłki.
- (PN) Strzały do bramki z biegu.
- (PS) Odbicia piłki sposobem górnym.
- (PS) Zagrywka sposobem dolnym i górnym.
- (PK) Kozłowanie piłki w biegu ze zmianą ręki kozłującej.
- (PK) Prowadzenie piłki w biegu ze zmianą kierunku ruchu.
- (PR) Podania górne i półgórne w marszu i w biegu.
- (PR) Rzut do bramki z miejsca.

## OCENA UMIEJĘTNOŚCI W KLASIE VI

### Gimnastyka

- (G) Przewrót w przód z marszu. Łączenie przewrotów w przód i w tył.
- (G) Przewrót w tył o nn prostych
- (G) Krótki układ gimnastyczny z wykorzystaniem podporu łukiem

### Lekkoatletyka

- (LA) Bieg na 60m.
- (LA) Skok w dal techniką naturalną z podkurczonymi nn i zaznaczona fazą lotu
- (LA) Rzut piłeczką palantową z rozbiegu i z przeskokiem.
- (LA) Bieg na dystansie 600/1000m.

### Gry zespołowe

- (PN) Prowadzenie piłki slalomem zakończone strzałem do bramki.
- (PN) Strzał do bramki prostym podbiciem po skozłowaniu piłki
- (PS) Odbicia piłki sposobem górnym w parach.
- (PS) Zagrywka tenisowa.
- (PK) Kozłowanie piłki zakończone rzutem z dwutaktu.
- (PK) Fragmenty gry.
- (PR) Prowadzenie piłki w biegu.
- (PR) Rzut do bramki w wyskoku.

### Ocena motoryczności

Diagnoza uzdolnień motorycznych uczniów na podstawie testów sprawnościowych:

- Marszo-biegowy test Coopera.
- Indeks sprawności K. Zuchory- wybrane próby.